



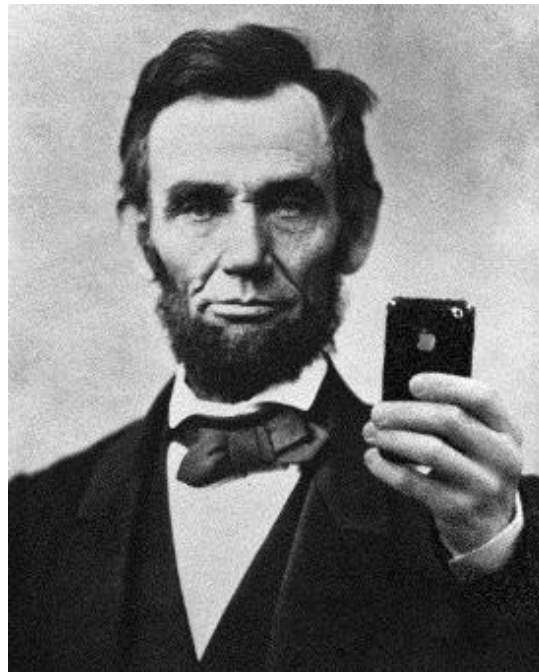
Profiel huidige en toekomstige ouderen en mantelzorgers

Bram Vermeulen
Symposium Ouderenzorg anno 2020
CM Antwerpen, 17 juni 2014

- Inleiding: wat brengt de toekomst?
- Profiel ouderen
 - Vandaag
 - In de toekomst
- Profiel mantelzorgers
 - Vandaag
 - In de toekomst

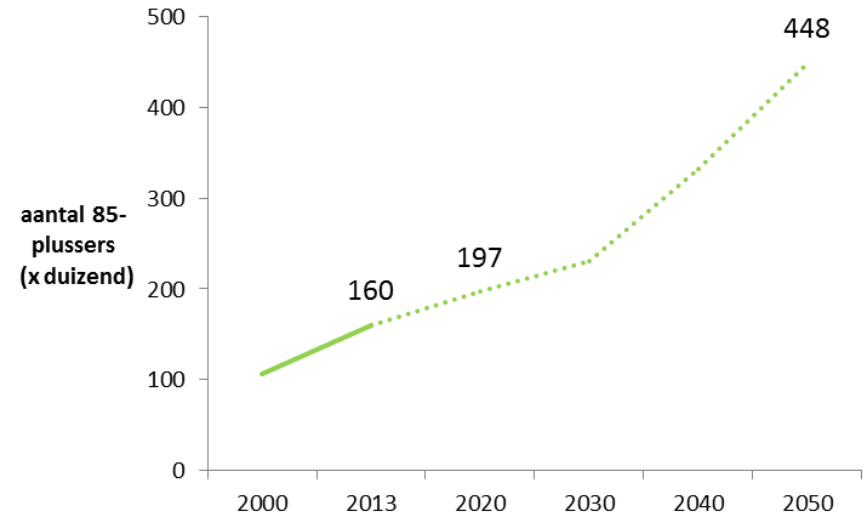
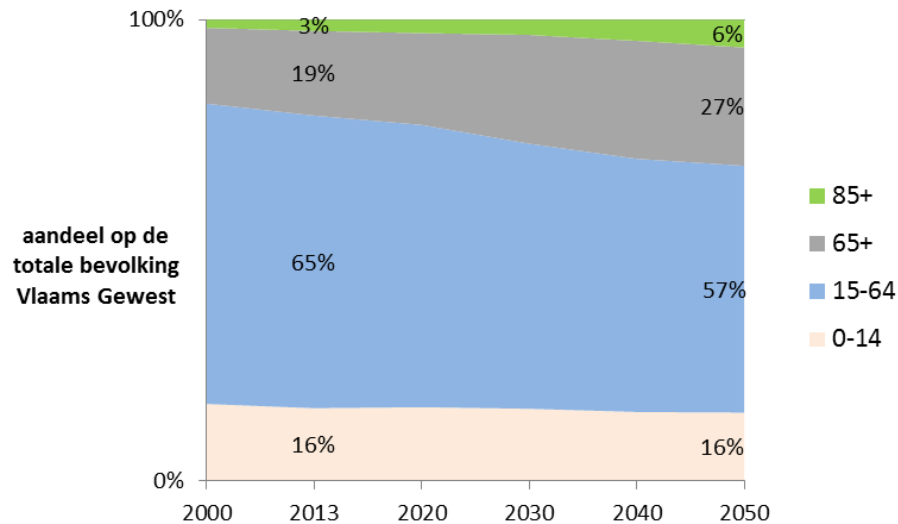
De toekomst is altijd onzeker

*“De beste manier om de toekomst te voorspellen,
is ze zelf mee te creëren”*



➔ CM kan mee bepalen wat
op de agenda komt te staan

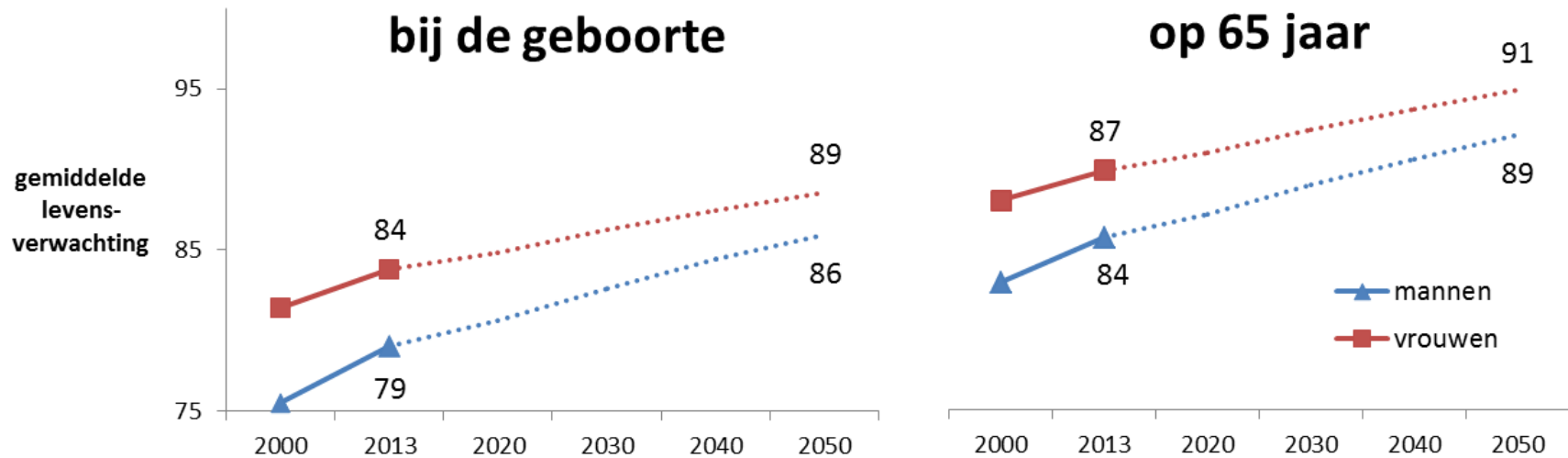
Een nieuwe demografische realiteit, waar we geen ervaring mee hebben



- Verhoudingsgewijs groeit de groep van oudste ouderen (85+) het sterkst
- Opeenvolgende prognoses variëren nogal

We onderschatten hoe oud we zullen worden

Projectie gemiddelde levensverwachting



- Tempo vergrijzing blijft hard gaan
- Let op met gemiddelden: je kan daar ook boven zitten

Ideaal is gezond oud worden, niet oud en afhankelijk zijn

- Gezonde levensverwachting neemt toe

Oudste Belg wordt 112 jaar

Ze wil het wekelijkse turnmoment in het rusthuis in Zoutleeuw voor geen haar missen, wandelt nog in haar eentje door de gangen en verslindt deze dagen een boek over de Eerste Wereldoorlog. Het is amper te geloven dat Fanny Godin dinsdag 112 jaar wordt. De vrouw met haar fiere, rechte houding mag zich al enkele jaren de oudste Belg noemen. Als ze er nog 186 dagen bij doet, wordt ze zelfs de oudste Belg ooit. "We zien wel of dat lukt", zegt dochter Claude. "Of ik ooit zelf 112 jaar oud wil worden? Oei nee, dank u."

- Idee van zorgafhankelijk te zijn op oude dag schrikt af

Vlaming verkiest dood boven dementie

Bijna de helft van de Vlamingen kiest voor euthanasie mochten ze horen dat ze dement worden.



Profiel huidige ouderen

Ouderen = super-heterogene groep

Bezorgdheid over de kwetsbare ouderen



of

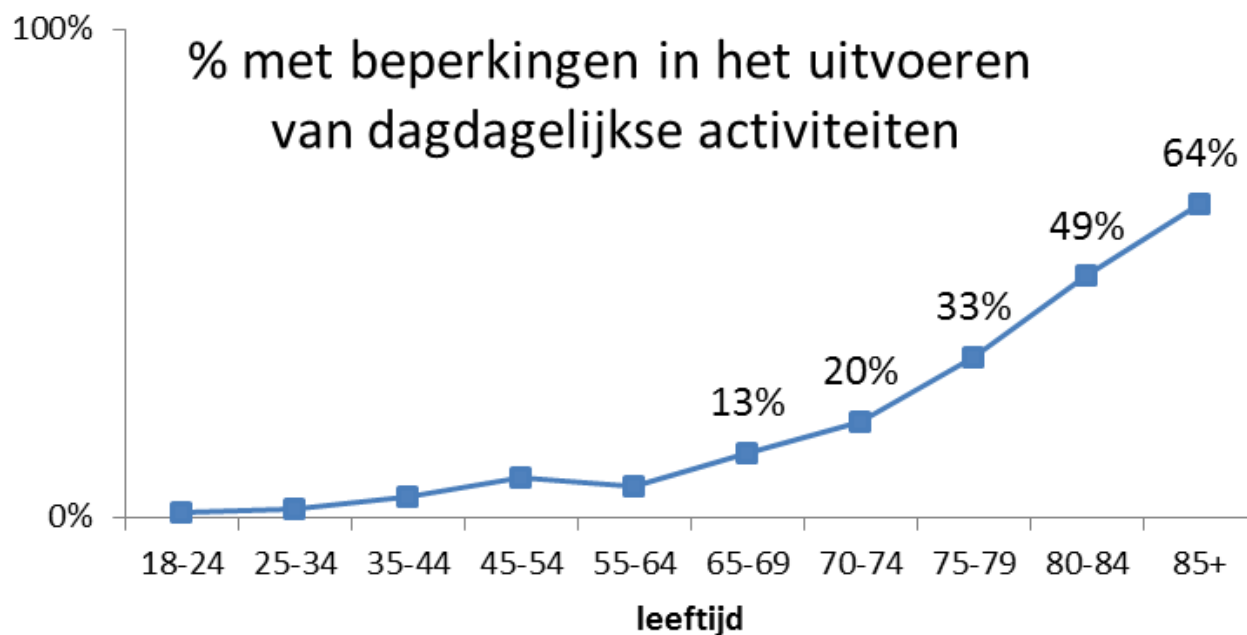


?

“Kwetsbaarheid bij ouderen is een proces van het opeenstapelen van **lichamelijke**, **psychische** en/of **sociale** tekorten in het functioneren dat de kans vergroot op negatieve gezondheidssuitkomsten.”

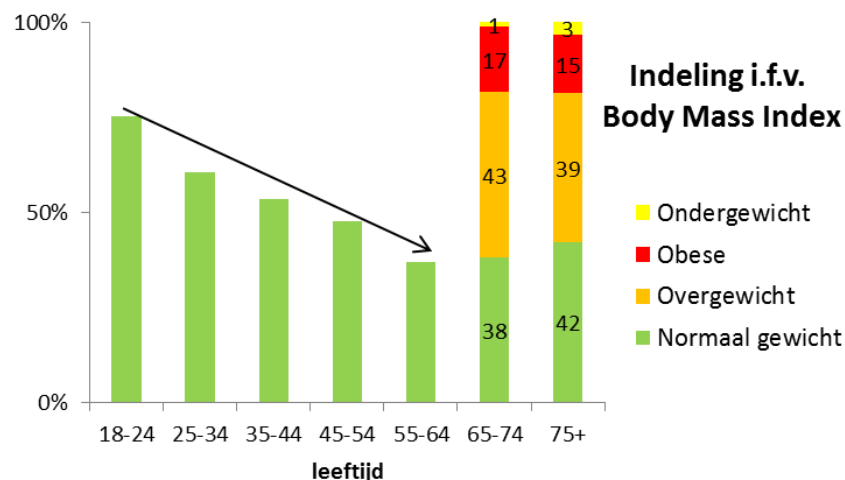
75 is het nieuwe 65?

- Gemiddeld nog 10 gezonde levensjaren vanaf uw 65^{ste}
- Verlies dagelijkse zelfstandigheid vooral bij oudste ouderen

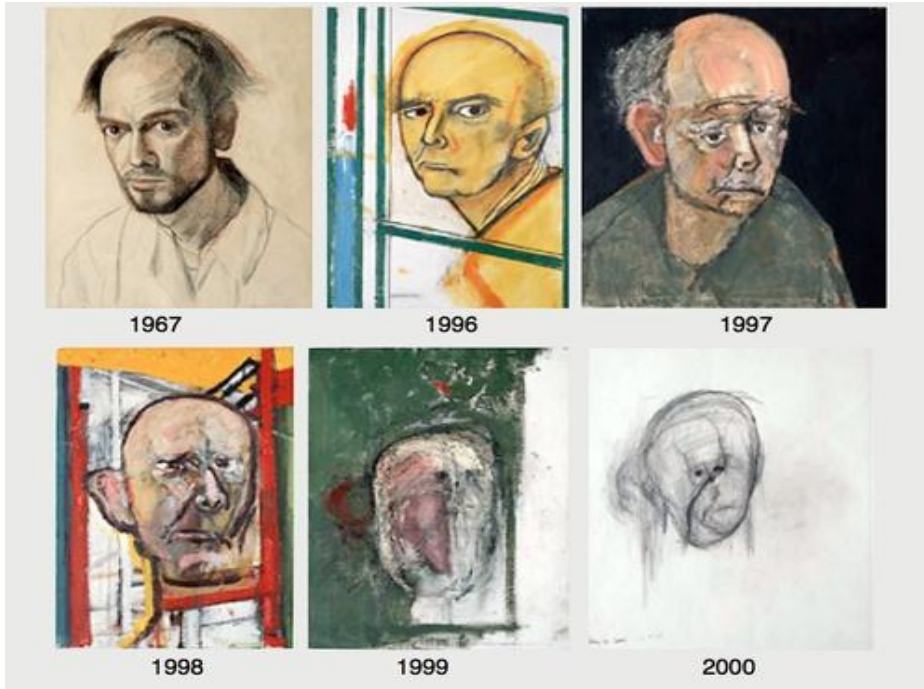


Chronische ziekten en multimorbiditeit

- Ouder worden met (meerdere) chronische aandoeningen, bv. prevalenties bij mannen 65+
 - 34% hoge bloeddruk
 - 27% artrose
 - 24% lage rugproblemen
 - 11% diabetes
- Relatie tussen voeding, beweging, gewicht en ouderdomsgerelateerde chronische aandoeningen

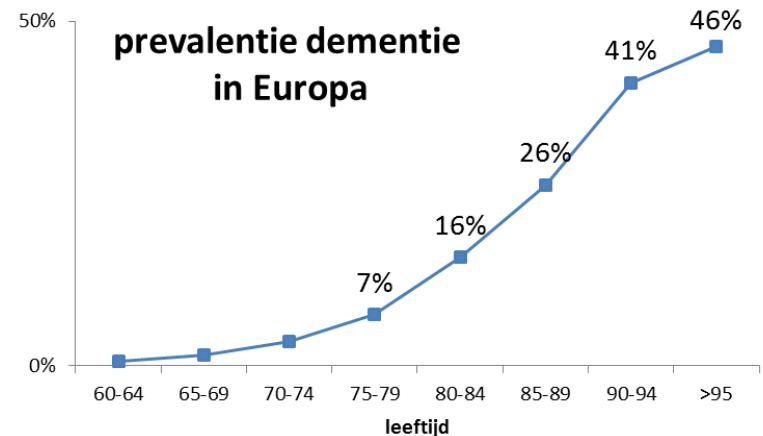


Chroniciteit van dementie



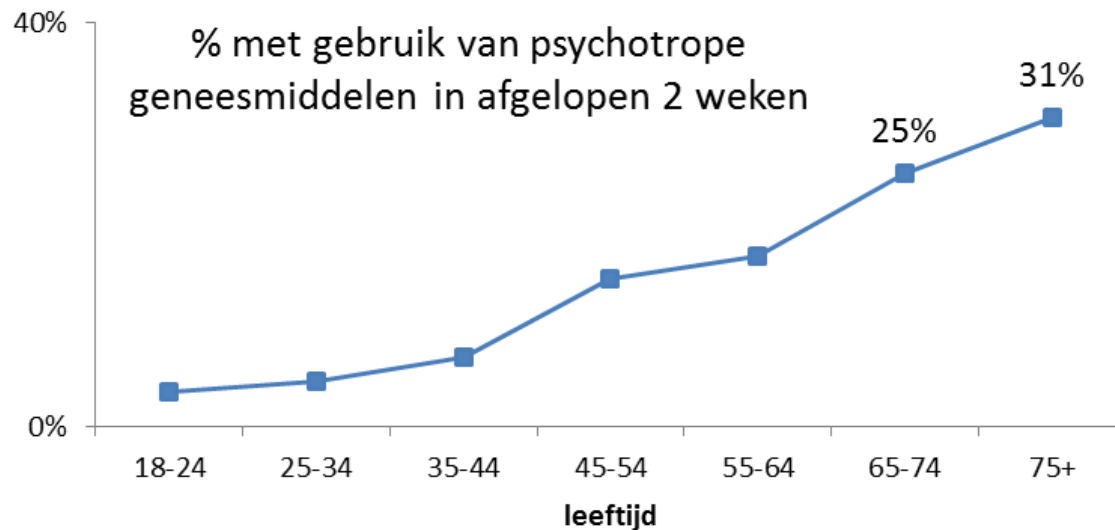
- Reeks zelfportretten van William Utermohlen
- William kreeg diagnose ziekte van Alzheimer in 1995

- Leeftijd als risicofactor dementie
- In Vlaanderen ± 100.000 personen met dementie



Herkennen van en omgaan met psychische problemen

- Angst, depressieve gevoelens en slaapproblemen komen vaker voor op latere leeftijd



- Omgaan met verlieservaringen als je ouder wordt
→ gemaskeerde depressies en diagnostiek?

Wanneer is medicatie niet de oplossing, maar het probleem?

Iets voor de bloeddruk, een slaappil, en zestien andere pillen

17/04/2014 | Van onze redacteurs Maxie Eckert, Samuel Hanegreefs

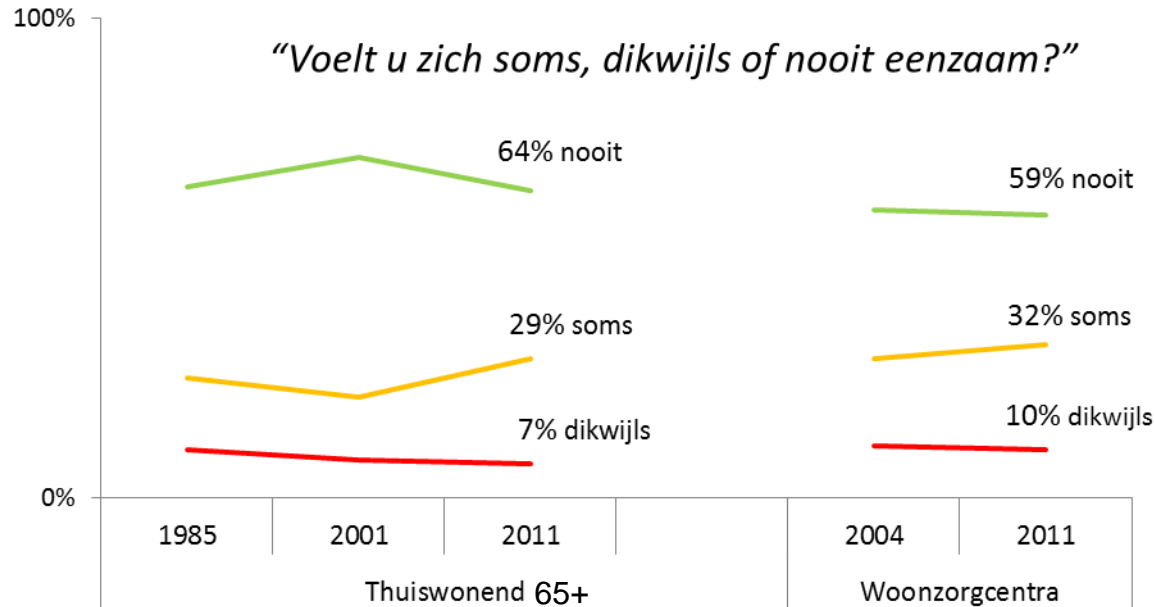
In de Vlaamse rusthuizen is het schering en inslag dat bewoners tien of meer geneesmiddelen nemen. 'Een alternatief zoeken voor een medicijn kost veel meer moeite dan aan een onhandelbare oudere een pil geven.'



Marcel wist zijn medicijngebruik succesvol terug te schroeven naar een half slaappilletje per dag. Sindsdien voelt hij zich veel helderder, ook zijn vrouw Germaine bevestigt dat. Brecht Van Maele

- Discussie over polyfarmacie
- Zoektocht naar zingeving en zinvolle bezigheid
- Niet alleen jaren toevoegen aan het leven, maar ook leven aan de jaren

We onderschatten de omvang en impact van eenzaamheid bij ouderen



- Eenzame ouderen worden slechte zelfmanagers
- Kunnen / moeten we de problematiek van sociaal isolement en eenzaamheid doorbreken?



Profiel volgende generatie ouderen



Intrede protestgeneratie in de ouderenzorg

Welke generatie?	Wanneer geboren?	Hoe oud vandaag?	Gemeenschappelijk bewustzijn generatie?
Vooroorlogse generatie	1910-1930	± 85 tot 105	Economische crisis jaren '30 → Schaarste en onzekerheid
Stille generatie	1931-1940	± 75 tot 85	Opgroeien in of na Wereldoorlog II → Niet van uw oren maken → Trouw aan gezag
Babyboom generatie (ook wel protestgeneratie genoemd)	1941-1955	± 60 tot 75	Opbouw en economische groei → Emancipatie, zelfontplooiing en inspraak (cfr. Studentenprotesten '68) → Maakbaarheid van de samenleving (cfr. Active Aging)

Samenspel tussen mondiger profiel ouderen en trends voor de toekomst



Gezond zijn als een keuze



- Preventie, eigen verantwoordelijkheid en zelfmanagement

- CM als gezondheidsfonds: het goede spoor tonen in dit informatietijdperk!

Gezond leven

CM is niet alleen een ziekenfonds maar ook een gezondheidsfonds, bekommerd om je gezondheid. Voldoende bewegen, evenwichtige voeding, voldoende slaap en niet roken zetten je alvast op het goede spoor.



Voeding

- Actieve voedingsdriehoek
- Voedingswaren
- Gezond eten
- In de winkel
- In de keuken
- Voldoende drinken

Beweging

- Beweegplezier
- Beweegactiviteiten

Gezond gewicht

Goed in je vel

- Geluk
- Ontspanning

Leefgewoonten

- Slapen
- Stoppen met roken
- Veilig vrijen
- Veilig zonnen

Lichaam

- Rug
- Oren

Omgeving

- Brandwonden voorkomen
- CO-vergiftiging voorkomen
- Veilig klussen
- Veilig tuinieren
- Vallen voorkomen

Baby (op komst)

- Medisch
- Voeding
- Leefgewoonten
- Babymassage

Patient empowerment en anders omgaan met informatie

- Meer unieke behoeften en wensen
- Ouderen zoeken vaker zelf info bij elkaar, zorgprofessional moet kennis en kunde delen
- Bij (complexe) beslissingen in de zorg verschuiving richting shared decision making
 - de clinicus en de patiënt
 - die de beste wetenschappelijke kennis delen
 - in een besluitvormingsproces
 - waarbij de patiënt aangemoedigd wordt **verschillende opties** te overwegen
 - zijn voorkeuren te bepalen
 - en samen met de clinicus
 - een eindkeuze te maken.



Verdere verschuiving van acute naar chronische zorgnoden

- Succes vergrijzing en verzilvering = meer ouderen met chronische zorg
- ➔ Cliënt/patiënt zal goed geïntegreerde zorg vragen als antwoord op zijn langdurige zorgnoden
- Daarin zet oudere zichzelf, samen met sociaal netwerk, centraal

Discussie

Als het zorgsysteem verschuift door een nieuwe generatie van mondige en kritische ouderen, wat is daarin dan de plaats van de meeste kwetsbare ouderen?



Profiel huidige mantelzorgers

There are only four kinds of people in this world:

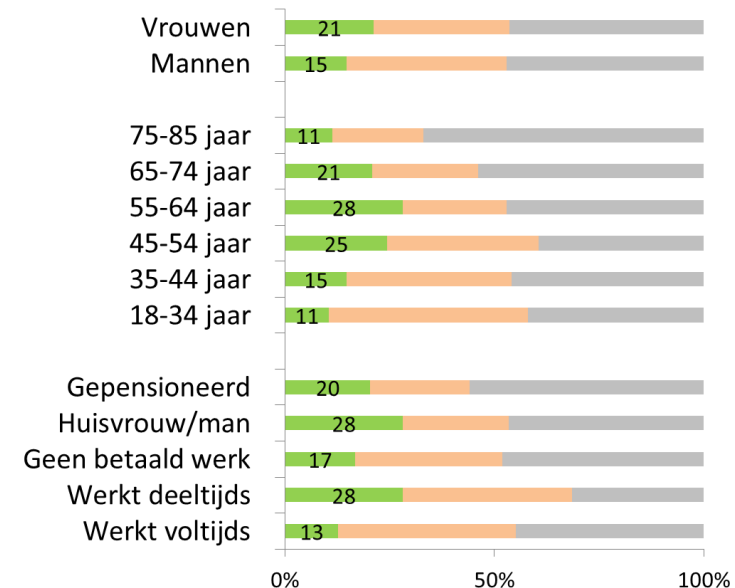
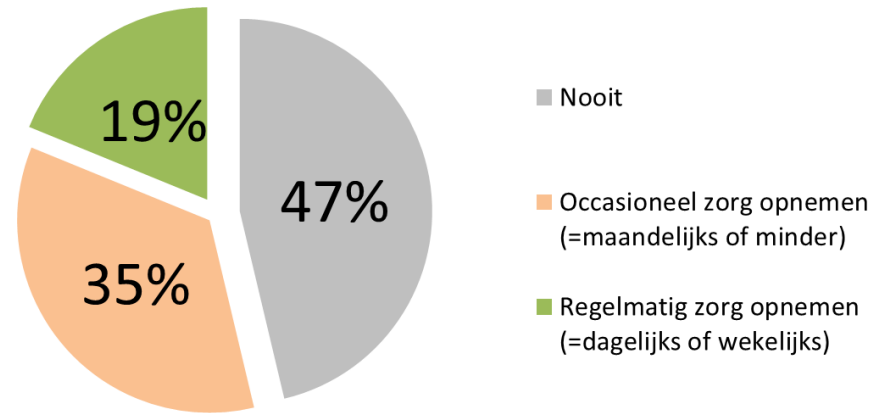
1. those who **have been** caregivers
2. those who **are currently** caregivers
3. those who **will be** caregivers
4. those who **will need** caregivers.

Rosalynn Carter, 1997

Dé mantelzorger bestaat niet

Hoe dikwijls heeft u tijdens de afgelopen 12 maanden zieke, gehandicapte of bejaarde familieleden, kennissen of buren geholpen of verzorgd?

- 1 op 5 Vlamingen neemt dagelijks of wekelijks zorg op
- Mantelzorgers zijn niet enkel gepensioneerde vrouwen



Mantelzorg is niet altijd vanzelfsprekend

- Zowel positieve als negatieve zorgervaringen
- Balans tussen draagkracht en draaglast
- Samenleving is bezorgd over risico dat mantelzorgers er zelf onder door gaan, want dan ...



**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

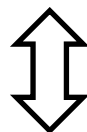
Loesje



Wat met de toekomstige
mantelzorg?

Debat over mantelzorg is niet droog, maar emotioneel geladen

“Het zal soft klinken, maar kunnen we alvast in onze eigen kring beginnen: eens kijken of we met wat extra inspanningen (groot)vader of (groot)moeder toch niet thuis kunnen houden. ... De media kunnen meer positieve verhalen brengen over de grote en kleine vreugdes die met zorg voor een zwakkere medemens gepaard gaan.”
(De Morgen, 23/04/09)



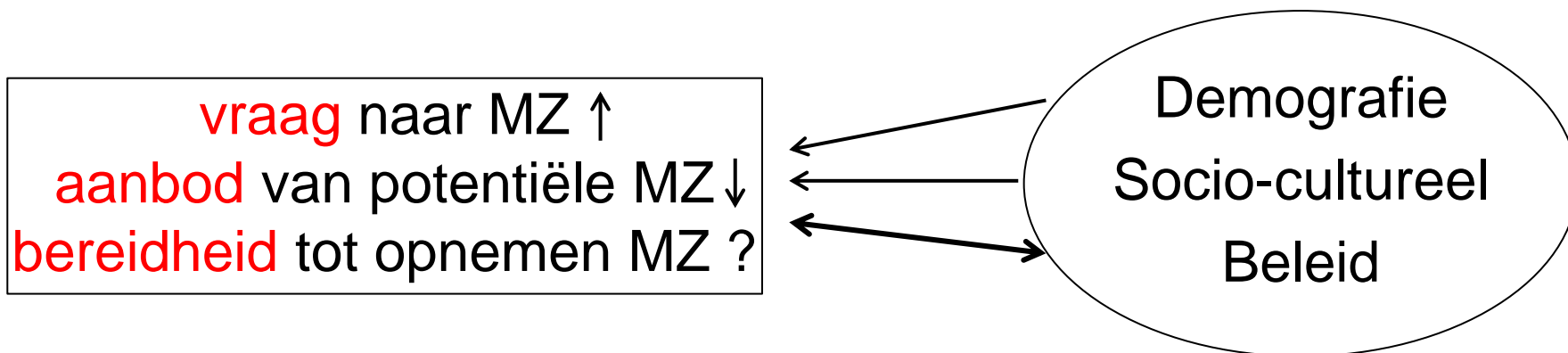
“Deze zorg is een dagelijks engagement dat een enorme belasting en organisatie met zich brengt en dat in vele gevallen eindeloos lijkt en soms ook is. ... Deze zorg romantiseren is een brug te ver. Meestal zijn dit geen mooie verhalen, maar verhalen van kommer en kwel.”
(De Morgen, 24/04/09)

Bezorgdheid over de grenzen van de mantelzorg is niet nieuw

- Citaat uit 1982

“Demografische wijzigingen hebben geleid tot **minder descendenten** waarop de bejaarden een beroep kunnen doen. Veranderingen in de sociale rol van de vrouw, inzonderheid de **toenemende tewerkstelling buitenshuis**, creëerden allerlei nieuwe verplichtingen die in concurrentie treden met de plichten die kinderen hebben ten aanzien van hun bejaarde ouders. Er is een sterke groei van het aantal **echtscheidingen** waardoor het gezin als interactiesysteem erg kwetsbaar wordt. (...) Daardoor wordt het **minder zeker of gehuwde kinderen hun bejaarde ouders hulp zullen bieden** in geval van ziekte of behoefte.”

- Hoe verschuift mantelzorg? En waarom?



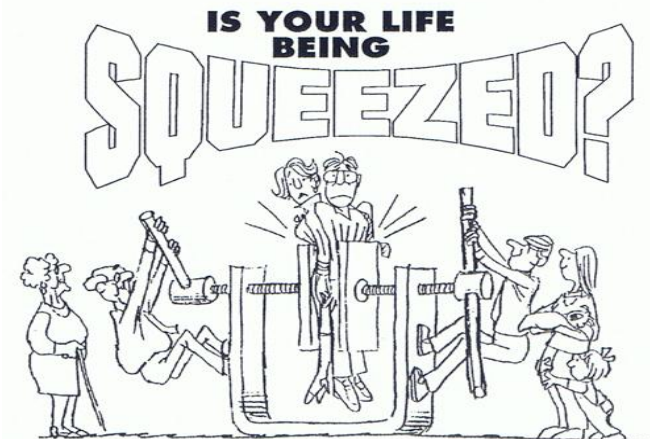
Vraag naar mantelzorg zal toenemen

- We bouwen de zorg primair uit vanuit de thuissituatie
➔ art.107 in de GGZ, Protocol 3 in de ouderenzorg, ...
- Veranderende patronen van huwen, samenwonen en kinderen krijgen
➔ sterke stijging aantal alleenwonende 80-plussers



Aanbod van mantelzorg zal afnemen

- Potentiële pool mantelzorgers krimpt
- Families wonen minder onder dezelfde kerktoren
- Langer werken en concurrentie tussen arbeid-zorg
- Sandwichgeneratie zorgt voor (klein)kinderen en zorgbehoevende ouders

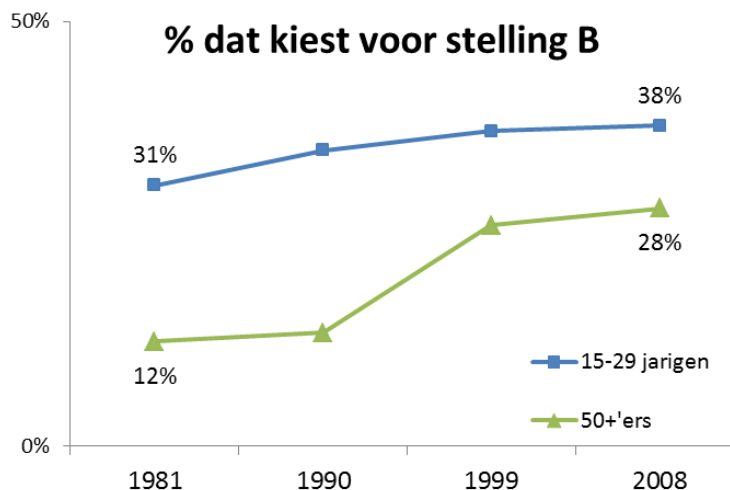


Mantelzorg meer als keuze, minder als plicht

Stel dat u moet kiezen tussen stelling **A** of **B**. Welke kiest u?

Stelling **A**: *“Het doet er niet toe hoe iemands ouders zijn, men moet hen altijd respecteren en van hen houden.”*

Stelling **B**: *“Men is niet verplicht om zijn ouders te respecteren en van hen te houden als die ouders dat door hun gedrag en hun houding niet verdienen.”*



- Normatieve, familiale verwachtingen verliezen aan belang
➔ Groter potentieel van mantelzorg uit de buurt?
- Meer gedreven door zelfontplooiing en eigen invulling

Beleid rekent meer op mantelzorg

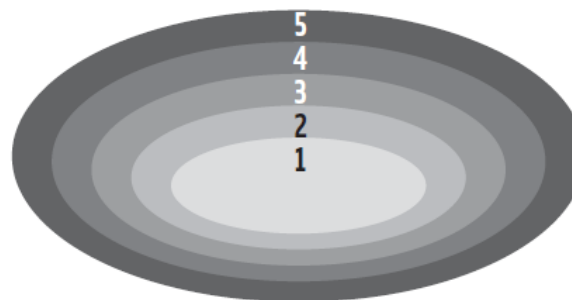
→ Woonzorgdecreet

“ ... **maximaal** een beroep doen op het zelfzorgvermogen en de zelfredzaamheid van de gebruiker en zijn mantelzorgers, rekening houdend met hun draagkracht.” (art.4§7)

→ Dementieplan 2010-2014

“De visie van de Vlaamse overheid is helder en eenvoudig, namelijk een keuze voor de minst ingrijpende zorg, met name voor zelfzorg, mantelzorg en thuiszorg indien mogelijk. **De mantelzorg komt eerst** – de professionele zorg is aanvullend.”

→ Perspectiefplan 2020



1. Persoon met handicap
2. Gezin waar de persoon woont
3. Familie, vrienden en informele contacten
4. Algemene zorg en dienstverlening
5. Gespecialiseerde zorg en dienstverlening

Discussie

Welke verantwoordelijkheid tot opnemen mantelzorg in toekomstig zorgsysteem? En welke steunmaatregelen moet beleid voorzien?

Bedankt voor uw aandacht!

Info? Vragen?

bram.vermeulen@med.kuleuven.be